諮商Q&A

(1)什麼時候需要尋求諮商的協助？

當您生活中遇到挑戰、對自己、生活感到不滿意，諮商可以協助減輕您困擾。或是當您面對問題感到孤單時，想找人說話，我們可以陪伴您一起經歷。

(2)接受心理諮商就表示我有問題嗎

不是。諮商不等於有問題，每個人都會有遇到困難、需要陪伴協助的時候。

(3)申請服務會被其他人知道嗎？

不用擔心，您可以直接向本中心申請不需要透過他人，並且在法律規範下，接案人員皆須遵守保密原則並以機密形式保存資料。

(4)申請服務會影響工作考核嗎？

學校不得因教師接受教師支持中心提供之支持服務，而就其工作、成績考核及其他相關權益為差別待遇或其他不利之處分。

服務時間:

週一至週五

08:30~12:00、13:30~17:00

週三晚間延長至17:00~21:00

中心地址:

90047屏東縣屏東市林森路7號2樓

(屏東大學創新育成中心二樓)

電話:(08)721-2611

E-mail:teachercoun.pt@gmail.com

Facebook:

搜尋「屏東縣教師諮商輔導支持中心」粉絲專頁

中心網站:

https://site-7498844-5124-8046.mystrikingly.com

FB

網站

團體諮商

個別諮商

心理危機介入

專業諮詢

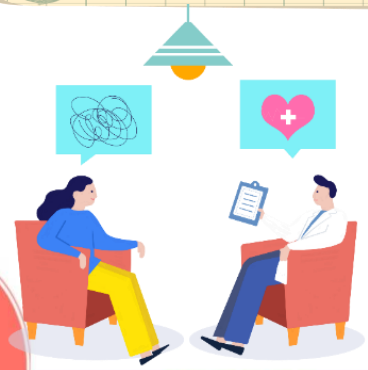
心靈成長課程

屏東縣教師諮商輔導支持中心

緣起：
為維護及促進本縣學校第一線教師之心理健康，本縣成立「屏東縣教師諮商輔導支持中心」，希望透過中心提供相關支持服務，得以紓解工作、生活壓力及自我覺察需求，成為教師們堅強後盾。

服務對象:
屏東縣縣立高級中等學校及公私立國民中小學現職專任教師、代理教師及校長

主辦單位:屏東縣政府
承辦單位:國立屏東大學社區諮商中心
協辦單位:國立屏東大學教育心理與輔導學系



服務項目

心靈成長課程:
辦理專業增能、紓壓技巧和實務知能的講座或研習，提供教師自我成長及自我照顧。

個別諮商:
透過一對一對話方式，深入探討個人的困惑，以解決教師心理困擾，提昇教師心理健康。(晤談次數每人每年限3次，經專業人員評估後至多6次。)

團體諮商:
針對不同主題進行團體相關活動和探討，協助教師自我覺察及統整，助緩解工作壓力。

專業諮詢:
以電話協談、個案討論、轉介、提供資訊等方式辦理。

心理危機介入:
提供專業心理諮詢、諮商輔導或減壓與支持團體，協助教師因應校園危機帶來之心理衝擊，以安頓身心。

其他支持服務:
透過網路及平面文宣，提供教師心理健康相關初級預防教育。

服務流程-個別諮商申請

填寫申請表(線上/word)
↓
專人聯繫確認預約資訊
↓
資訊確認及安排諮商時間
↓
完成預約
↓
提醒諮商地點及時間
↓
於預約時間開始個別諮商

線上申請個別諮商